

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG  
MENSTRUASI DI SMP NEGERI 3 SUNGGUMINASA  
KABUPATEN GOWA**



**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih Gelar Ahli Madya  
Kebidanan Jurusan Kebidanan pada Fakultas Ilmu Kesehatan  
UIN Alauddin Makassar

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**ALAUDDIN**  
M A K A S S A R

Oleh:

**ASRAWATI**  
**NIM: 70400007006**

**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ALAUDDIN MAKASSAR  
TAHUN 2010**

## **PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH**

Dengan penuh kesadaran, penyusun yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini benar adalah hasil karya penyusun sendiri. Jika di kemudian hari terbukti bahwa ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka karya tulis ilmiah ini dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.



Makassar, 30 Juli 2010  
Penyusun,

**ASRAWATI**  
**NIM. 70400007006**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**ALAUDDIN**  
M A K A S S A R

### KEGIATAN KONSULTASI PADA PEMBIMBING

Nama : Asrawati

Nim : 70400007006

Judul KTI : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di  
Smp Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa

Pembimbing : dr. Syatirah jalaluddin, S.Ked

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Saran/ Perbaikan	Paraf
1	6 Maret 2010	Pengumpulan Referensi& Konsul judul	Perbaiki judul & buat proposalnya	
2	1 April 2010	Konsul Judul & proposal	ACC Judul, perbaikan ketikan, Ganti Ayat	
3	15 April 2010	Bab I, II,III,IV	Tambahkan halaman judul, perbaiki tabulasi & buat kuesionernya	
4	30 April 2010	Konsul Kuesioner	Tambahkan Jumlah pertanyaan & buat power point	
5	15 Mei 2010	Konsul power point	Perbaiki power point	
6	24 Mei 2010	Konsul proposal, kuesioner, power point	ACC	

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di SMP  
Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa

ASRAWATI

70400007006

Proposal Karya Tulis Ilmiah ini telah kami setuju untuk dipertahankan dalam ujian Proposal Karya Tulis Ilmiah dihadapan Tim Penguji Program DIII Kebidanan UIN Alauddin Makassar

Makassar, 19 Mei 2010

**Pembimbing**

dr. Syatirah jalaluddin, S.Ked

Nip : 198007012006042005

## **PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah yang berjudul ”**Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa**” yang disusun oleh Asrawati, NIM 70400007006, mahasiswa Jurusan Kebidanan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, telah diuji dan dipertahankan dalam ujian karya tulis ilmiah yang diselenggarakan pada hari jum’at, tanggal 30 Juli 2010, dinyatakan telah dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Diploma III Kebidanan (dengan beberapa perbaikan).

Makassar, 12 Agustus 2010 M  
2 Ramadhan 1431 H

### **DEWAN PEGUJI**

Pembimbing : dr. Syatirah Jalaluddin, S.ked (.....)

Penguji I : dr. Nadyah, S. ked (.....)

Penguji II : Drs. H. Syamsul Bahri, M. Si (.....)

Mengetahui :

Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

dr. M. Furqaan Naiem, M. Sc. Ph. D  
Nip: 19580404 198903 1001

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat AlIla SWT atas segala rahmat dan karuni\_Nya kepada penulis sehingga penyusunan karya tulis ilmiah ini dengan judul “ Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa” dapat diselesaikan sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan di fakultas ilmu-ilmu kesehatan jurusan kebidanan universitas islam negeri alauddin makassar. dan tidak lupa pula kita panjatkan shalawat serta salam kepada baginda kita Rasulullah Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan orang-orang yang senantiasa istiqamah mengikuti jalan dakwahnya hingga akhir zaman.

Penghargaan setinggi-tingginya penulis persembahkan kepada ayahanda Amiruddin dan ibunda Bau Intan tercinta atas segala kasih sayang, pengorbanan dan doa yang tiada henti-hentinya diberikan kepada penulis, terima kasih atas doa dan dukungannya selama ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang tak terhingga kepada:

1. Bapak prof. Dr. Azhar Arsyad,M.A selaku rektor UIN Alauddin Makassar atas sumbangsinya dalam pembimbingan selama mengikiti pendidikan

2. Bapak dr. M. Furqaan Naiem,M.Sc.,Ph.D selaku dekan fakultas kesehatan, para pembantu dekan beserta staf, dosen fakultas kesehatan khususnya jurusan kebidanan yang telah memberikan bimbingan selama mengikuti pendidikan
3. Ibu Sitti Saleha,S.SiT.,S.KM.,M.keb selaku ketua jurusan kebidanan yang senantiasa memberikan dorongan untuk menyelesaikan studi pada fakultas kesehatan masyarakat jurusan kebidanan
4. dr. Syatirah Jalaluddin,S.ked selaku pembimbing, atas segala bantuan, waktu, dorongan dan bimbingan yang telah diberikan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat diselesaikan.
5. dr. Nadyah, S.,ked dan Drs. H. Syamsul Bahri,M. Si sebagai tim penguji I dan penguli II, atas segala saran dan kritiknya demi kesempurnaan penulisa karya tulis ilmiah.
6. Gubernur Sulawesi Selatan beserta staf, yang telah bersedia menerima dan membantu dalam penelitian ini
7. Kepala daerah, dalam hal ini bupati Gowa, dan kepala kesbang kabupaten Gowa, yang telah bersedia menerima dan membantu dalam penelitian ini
8. Drs. M. Nadir, sebagai kepala sekolah SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa yang telah bersedia menerima dan membantu dalam penelitian ini
9. Responden yang telah melunkan waktu sehingga penelitian ini dapat selesai
10. Saudara dan keluarga tercinta dan tersayang yang selama ini memberikan doa dan dukungannya selama ini

11. Sahabat-sahabatku di kampus UIN Alauddin khususnya anak kebidanan angkatan 07 yang selama ini menemaniku dan membantuku dalam suka dan duka selama ini
12. Yang tercinta dan yang tersayang, terimah kasih atas kebersamaan dan dukungannya yang telah memberikan motivasi dalam penulisan karya tulis ilmiah.
13. Semua pihak yang tidak sempat penulis sebutkan namanya, yang telah banyak memberikan bantuannya dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu saran dan kritik yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan, tidak lupa penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya jika ada salah dan khilaf selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.

Akhir kata, Allah tiada tuhan selain dia, yang hidup kekal terus menelusuri mengurus makhluk-Nya. Semoga segala apa yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan yang setimpal dari-Nya. Amin.

***Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.***

Makassar, juli 2010

penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
KEGIATAN KONSULTASI PADA PEMBIMBING .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
ABSTRAK .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan Umum .....	4
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Umum Tentang Pengetahuan.....	6
1. Pengertian Pengetahuan.....	6
2. Tingkat Pengetahuan.....	7
B. Tinjauan Umum Tentang Remaja.....	8
1. Pengertian Remaja.....	8
2. Tahap-Tahap Perkembangan Remaja.....	8
3. Tugas Perkembangan Remaja.....	13
C. Tinjauan Umum Tentang Menstruasi.....	14
1. Pengertian Menstruasi.....	14
2. Siklus Menstruasi.....	16
3. Gangguan Menstruasi.....	19
BAB III. KERANGKA KONSEP.....	29
A. Dasar Pemikiran Variabel Yang Diteliti.....	29
B. Bagan Kerangka Konsep.....	30
C. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif.....	31
BAB IV. METODE PENELITIAN.....	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel.....	33
1. Populasi.....	33
2. Sampel.....	33
C. Instrumen penelitian.....	38
D. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38

1. Lokasi.....	38
2. Waktu Penelitian.....	38
E. Prosedur Pengumpulan Data.....	39
1. Data Primer.....	39
2. Data Sekunder.....	39
F. Pengolahan dan Penyajian Data.....	39
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Hasil Penelitian.....	41
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	41
2. Tingkat Pengetahuan.....	41
B. Pembahasan.....	43
1. Pengetahuan Remaja Mengenai Pengertian Menstruasi.....	43
2. Pengetahuan Remaja Mengenai Siklus Menstruasi.....	44
3. Pengetahuan Remaja Mengenai Gangguan Menstruasi.....	45
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Tahapan perkembangan remaja.....	8
Tabel 5.1	Rekapitulasi Siswa SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa.....	41
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pengertian Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa .....	42
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Siklus Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa.....	42
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gangguan Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa.....	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Menstruasi.....	18
Gambar 2.2	Siklus Haid.....	19



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lembar persetujuan responden
2. Kuesioner penelitian
3. Master tabel penelitian
4. Surat izin penelitian dari Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar  
Fakultas Ilmu Kesehatan
5. Surat izin dari BADAN PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN DAERAH  
(Balitbanda) Sulawesi Selatan
6. Surat rekomendasi penelitian dari BADAN KESETUAN BANGSA, POLITIK  
DAN LINMAS Kabupaten Gowa
7. Surat keterangan penelitian dari SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten  
Gowa
8. Riwayat hidup peneliti



## ABSTRAK

Nama : Asrawati  
Nim : 70400007006  
Judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di  
SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa

---

Data WHO menunjukkan bahwa seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berusia 10-19 tahun. Sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang. Data demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun, sekitar 15% populasi. Di Asia Pasifik dimana penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja umur 10-19 tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik, kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22% yang terdiri dari 50,9% remaja laki-laki dan 49,1% remaja perempuan.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa remaja putri yang duduk di kelas VIII, cara pengambilan sampelnya secara *stratified random sampling* yang berjumlah 125 orang. Pengolahan data dilakukan dengan cara manual dengan menggunakan kalkulator dan analisa data dengan rumus  $P = f/n \times 100\%$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengetahui pengertian menstruasi sebanyak 86,4% dan remaja putri yang tidak mengetahui pengertian menstruasi sebanyak 13,6%. Remaja putri yang mengetahui siklus menstruasi sebanyak 71,2% dan yang tidak mengetahui siklus menstruasi sebanyak 28,8% sedangkan remaja putri yang mengetahui gangguan menstruasi sebanyak 48,8% dan remaja putri yang tidak mengetahui gangguan menstruasi sebanyak 51,2%.

Kesimpulan hasil penelitian dari 125 responden menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa sudah mengetahui pengertian dan siklus menstruasi dan pengetahuan mengenai gangguan menstruasi masih minim. Hasil penelitian ini disarankan agar remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa untuk mencari informasi yang jelas tentang menstruasi dan banyak mengikuti seminar kesehatan supaya tidak salah mengartikan suatu informasi yang didapat baik dari media cetak maupun elektronik.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Pertumbuhan penduduk usia remaja terjadi di berbagai negara, demikian pula di Indonesia, saat ini remaja di Indonesia mencapai 22% atau sekitar 44 juta jiwa. Remaja adalah calon generasi penerus bangsa yang besar pengaruhnya atas segala tindakan yang mereka lakukan. (Hurlock. 2006)

Pubertas pada perempuan umumnya terjadi di usia 9-12 tahun, sedangkan pubertas pada laki-laki terjadi di usia yang lebih tua yaitu 9-14 tahun. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 12-24 tahun, sedangkan menurut Departemen Kesehatan yaitu yang berusia 10-19 tahun dan belum kawin. Pubertas pada perempuan dapat ditandai dengan datangnya menstruasi untuk pertama kalinya (*menarche*). Usia remaja putri saat mengalami *menarche* bervariasi lebar, yaitu antara usia 10-16 tahun, tetapi rata-rata pada usia 12,5 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum (Sarwono. 2005)

Menurut WHO (1995) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berusia 10-19 tahun. Sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang. Data demografi di Amerika Serikat (1990) menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun. Sekitar 15% populasi. Di Asia Pasifik dimana



penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja umur 10-19 tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik (1999) kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22% yang terdiri dari 50,9% remaja laki-laki dan 49,1% remaja perempuan. (Nancy P. 2002)

WHO dan beberapa badan dunia lainnya tahun 1998, menghimbau semua Negara Asia Tenggara agar memberikan komitmennya untuk memperhatikan dan melindungi kebutuhan remaja akan informasi, keterampilan, pelayanan dan lingkungan yang umum dan kesehatan reproduksi remaja. (Soetjiningsih. 2004)

Sejak tahun 2000, pemerintah mencanangkan suatu program yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja yang sasarannya adalah siswa SLTP, SLTA dan Remaja Karang Taruna. Pelaksanaan program ini secara lintas sektoral instansi pemerintah dan swasta seperti Pemda, Dinas Kesehatan, BKKBN, Polri dan LSM yang berasal dari masyarakat itu sendiri dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan remaja tentang kesehatan reproduksi dan penyakit menular seksual (Llywellyn-Jones. 2005)

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari dalam rahim melalui vagina. Keadaan seperti ini biasanya terjadi sebulan sekali dan mulai pada usia 12-15 tahun. Biasanya masa menstruasi antara 3-7 hari. Perasaan kurang enak biasanya dialami pada masa menstruasi. Jika terasa nyeri yang hebat, Hal ini di sebabkan karena keadaan tidak normal. (Errol, dkk. 2007)

Siklus menstruasi bervariasi pada tiap wanita dan hampir 90% wanita memiliki siklus 25-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus 28 hari,

namun beberapa wanita memiliki siklus yang tidak teratur dan hal ini biasa menjadi indikasi adanya masalah kesuburan. Panjang siklus menstruasi dihitung dari hari pertama periode menstruasi, hari dimana pendarahan dimulai disebut sebagai hari pertama yang kemudian dihitung sampai dengan hari terakhir, yaitu 1 hari sebelum pendarahan menstruasi bulan berikutnya dimulai. (Sarwono. 2008)

Gangguan menstruasi berupa ketegangan pra menstruasi merupakan keluhan-keluhan yang biasanya mulai satu minggu sampai beberapa hari sebelum datangnya menstruasi dan menghilang sesudah menstruasi datang walaupun kadang-kadang berlangsung terus sampai menstruasi berhenti. Dismenorea adalah nyeri haid menjelang atau selama menstruasi nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, perasaan mau pingsan, lekas marah. Amenore merupakan tidak adanya menstruasi selama 3 bulan atau lebih. Hipermenore (menorrhagia) adalah pendarahan haid yang jumlahnya banyak. Hipomenore adalah pendarahan dengan jumlah darah sedikit. Metroragia adalah pendarahan dari vagina pada seorang wanita yang tidak teratur tanpa ada hubungan dengan siklus menstruasi. (Sarwono. 2008).

Biasanya remaja putri menganggap bahwa menstruasi itu adalah sesuatu hal yang sepele yang tidak penting untuk diperhatikan. Padahal, menstruasi itu merupakan sesuatu yang harus selalu diperhatikan, misalnya saja mengenai tanggal mulainya menstruasi yang lalu dengan tanggal mulainya menstruasi yang sekarang, itu merupakan sesuatu yang penting yang harus diketahui dan diperhatikan oleh remaja. Dengan mengetahui hal tersebut remaja putri dapat

memperkirakan kapan menstruasi berikutnya. Sehingga remaja putri tersebut tidak khawatir lagi dengan datangnya menstruasi berikutnya karena sudah mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan menstruasi seperti pembalut.

Dari hasil prasurvei terhadap 15 siswa yang berusia 11-13 tahun di SMP Negeri 3 Sungguminasa, peneliti melakukan wawancara mengenai pengertian menstruasi, siklus menstruasi, dan gangguan menstruasi dan didapatkan bahwa hampir semuanya belum mengerti tentang pengertian menstruasi, siklus menstruasi dan gangguan menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan remaja putri tentang menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana pengetahuan remaja putri tentang menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa tentang menstruasi

## **2. Tujuan khusus**

- a. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa tentang pengertian menstruasi.
- b. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa tentang siklus menstruasi.
- c. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa tentang gangguan menstruasi.

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian dapat bermanfaat :

1. Bagi tempat penelitian  
Sebagai masukan informasi bagi sekolah mengenai pengetahuan remaja putri tentang menstruasi.
2. Bagi institusi  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk memperluas wawasan mahasiswa jurusan kebidanan tentang menstruasi.
3. Bagi peneliti  
Dapat memberikan masukan hal-hal apa saja yang telah diteliti sehingga digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.
4. Bagi responden  
Agar remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa mendapat tambahan pengetahuan tentang menstruasi.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Tentang Pengetahuan

##### 1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. (Notoatmodjo. 2005)

Dalam Islam, ilmu (pengetahuan) sebagai salah satu faktor yang dipandang akan mendorong manusia pada kehidupan yang lebih baik. Banyak sekali nash-nash di dalam Al-Qur'an maupun Hadits nabi yang menganjurkan supaya seorang muslim benar-benar memperhatikan persoalan ilmu (pengetahuan). (<http://edukasi.kompasiana.com>. Online diakses 18 Maret 2010)

Allah SWT. Sangat memuliakan orang-orang yang berilmu dan memiliki pengetahuan. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT. Dalam Q.S Al Mujaadilah (58): 11

..... يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۚ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Terjemahnya:

Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

## 2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Benyamin S. Bloom ada 6 tingkatan pengetahuan yaitu:

a. Pengetahuan (*knowledge*)

Ialah kemampuan untuk menghafal, mengingat, atau mengulangi informasi yang pernah diberikan.

b. Pemahaman (*comprehension*)

Ialah kemampuan untuk menginterpretasi atau mengulang informasi dengan menggunakan bahasa sendiri.

c. Aplikasi (*application*)

Ialah kemampuan menggunakan informasi, teori, dan aturan pada situasi baru.

d. Analisis (*analysis*)

Ialah kemampuan mengurai pemikiran yang kompleks, dan mengenai bagian-bagian serta hubungannya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Ialah kemampuan mengumpulkan komponen yang sama guna membentuk satu pola pemikiran yang baru.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Ialah kemampuan membuat pemikiran berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. (Djaali. 2009)

## B. Tinjauan Umum Tentang Remaja

### 1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Remaja sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua.

(<http://ilmupsikologi.wordpress.com>. Online diakses tanggal 20 Maret 2010)

Remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11-12 tahun sampai dengan 20 tahun yaitu menjelang masa dewasa muda. Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, yaitu bahwa mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan orang dewasa. (Soetjiningsih. 2004)

### 2. Tahap-Tahap Perkembangan Remaja

Tabel 2.1  
Tahapan Perkembangan Remaja

Tahapan Remaja	Umur (tahun)	Umur (tahun)
	Laki-laki	perempuan
Pra remaja	< 11	< 9
Remaja Awal	11-14	9-13
Remaja Menengah	14-17	13-16
Remaja Akhir	> 17	> 16

Sumber Soetjiningsih, 2004 hal 3.

a. Masa pra remaja

Masa pra remaja adalah suatu tahap untuk memasuki tahap remaja yang sesungguhnya. Pada masa ini ada beberapa indikator yang telah dapat ditentukan untuk menentukan identitas gender laki-laki atau perempuan. Ciri perkembangan seksual pada masa ini antara lain ialah perkembangan fisik yang masih tidak banyak berbeda dengan sebelumnya. Pada masa ini juga mereka sudah mulai senang mencari tahu informasi tentang seks dan mitos seks baik dari teman sekolah, keluarga atau dari sumber lainnya. (Soetjiningsih. 2004)

Menurut Hurlock, pada masa pra remaja terjadi gejala-gejala sebagai berikut:

- 1) Masa itu ingin menyadari atau mengisolasi diri.
- 2) Mengalami kurang untuk bekerja maksudnya malas melakukan sesuatu terutama dalam bekerja atau belajar.
- 3) Koordinasi fungsi-fungsi tubuh berkurang sehingga canggung atau kurang luas.
- 4) Mengalami kejenuhan atau kebosanan dalam melakukan sesuatu atau tugas.
- 5) Mengalami kegelisahan atau tidak tenang.
- 6) Mengalami pertentangan terhadap sosial atau masyarakat.
- 7) Menentang terhadap kewibawaan orang tua dewasa lain.
- 8) Mengalami kepekaan emosi.
- 9) Mengalami kurang percaya diri.



- 10) Mulai timbul tertarik atau berminat terhadap lawan jenis.
- 11) Timbul kepekaan perasaan susila atau santun.
- 12) Mengalami sering berkhayal atau berfantasi dan melamun. (Rumini dan Sundari. 2004)

b. Masa remaja awal

Merupakan tahap awal remaja sudah mulai tampak ada perubahan fisik yaitu fisik sudah mulai matang dan berkembang, remaja sudah mulai mencoba melakukan onani karena sering kali terangsang secara seksual akibat penatanganan yang di alami. Rangsangan ini di akibatkan oleh faktor internal yaitu meningkatnya kadar testosteron pada laki-laki dan estrogen pada perempuan. Hampir sebagian besar dari laki-laki pada periode ini tidak bisa menahan untuk tidak melakukan onani, sebab pada masa ini sering kali mengalami fantasi. Selain itu tidak jarang dari mereka yang memilih untuk melakukan aktifitas non fisik untuk melakukan fantasi atau menyalurkan perasaan cinta dengan teman lawan jenisnya yaitu dengan bentuk hubungan telepon, surat-menyurat, atau menggunakan sarana komputer. (Soetjiningsih. 2004)

Masa remaja awal dimulai ketika umur seorang anak telah genap 12-13 tahun dan berakhir pada umur 17-18 tahun. Gejala-gejala yang disebut gejala fase negatif biasa terjadi pada perubahan akhir periode pubertas atau perubahan awal masa remaja awal. Oleh karena itu, periode pubertas sering disebut sebagai fase negatif, selain itu

masa remaja awal juga memiliki ciri khas yang tidak dimiliki masa-masa yang lain. Diantaranya adalah berikut ini:

1) Tidak stabil emosi

Perasaan masa ini sangatlah peka, yaitu perasaan dan emosinya laksana hembusan badai dan topan dalam kehidupan.

2) Lebih menonjolnya sikap dan moral

Matangnya organ-organ seks mendorong remaja untuk mendekati lawan seksnya, sehingga terkadang berperilaku berlebihan yang dinilai tidak sopan oleh masyarakat.

3) Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan

Pada remaja awal, kemampuan mental atau kemampuan berfikirnya mulai sempurna. Gejala ini terjadi pada usia antara 12-16 tahun.

4) Membingungkannya status

Hal ini tidak sulit ditentukan, tetapi membingungkan status remaja awal, sehingga orang dewasa sering memperlakukannya semena-mena, karena masih merasa bertanggung jawab dengan alasan mereka masih kanak-kanak.

5) Masa yang kritis

Kebimbangan remaja dalam menghadapi dan memecahkan atau menghindari suatu masalah menjadi indikasi kritisnya masa ini. Seheinfeld berpendapat tentang berbagai perubahan interaksi

antara remaja laki-laki dan perempuan sepanjang periode pubertas dan masa remaja awal. (Al-Mighwar. 2006)

c. Masa remaja menengah

Pada masa ini para remaja sudah mengalami pematangan fisik secara penuh yaitu anak laki-laki sudah mengalami mimpi basah sedangkan anak perempuan sudah mengalami menstruasi.

Menurut skema Erikson, krisis psikososial pada masa remaja sebelumnya adalah pada masalah identitas, sedangkan pada masa remaja lanjut adalah pada kebutuhan untuk mengembangkan kapasitas keintiman. (Soetjiningsih. 2004)

d. Masa remaja akhir

Pada masa ini remaja sudah mengalami perkembangan fisik secara penuh, sudah seperti orang dewasa, mereka telah mempunyai perilaku seksual yang sudah jelas dan mereka sudah mulai mengembangkannya dalam bentuk pacaran. Pada tahap ini juga remaja telah mencapai kemampuan untuk mengembangkan cita-citanya sesuai dengan pengalaman dan pendidikannya (Soetjiningsih. 2004)

Di Indonesia, batasan usia remaja akhir adalah antara 17-21 tahun bagi wanita, 18-22 tahun bagi laki-laki. Ciri-ciri khas yang membedakannya dengan remaja awal yaitu:

1) Mulai stabil

Dalam aspek-aspek fisik dan psikis, laki-laki muda dan wanita muda menunjukkan peningkatan kestabilan emosi.

2) Lebih realistis

Pada masa ini dia mulai menilai dirinya dengan apa adanya, menghargai apa yang di miliki keluarganya, orang-orang lain seperti keadaan yang sebenarnya.

3) Lebih matang menghadapi masalah

Kemampuan berfikir remaja akhir yang telah lebih sempurna dan pandangan yang lebih realistis itulah yang menjadikan remaja akhir mampu memecahkan berbagai masalah secara lebih matang dan realistis.

4) Lebih tenang perasaannya

Secara umum, pada paruh akhir masa remaja lebih tenang dalam menghadapi masalah-masalahnya dibanding pada paruh awal masa remaja akhir. (Al-Mighwar. 2006)

### **3. Tugas Perkembangan Remaja**

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kanak-kanak serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock (2006) adalah berusaha :

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks di umur dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- g. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
- h. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

## **C. Tinjauan Umum Tentang Menstruasi**

### **1. Pengertian Menstruasi**

Menurut bahasa, haid berarti sesuatu yang mengalir. Dan menurut istilah syara' ialah darah yang terjadi pada wanita secara alami, bukan karena suatu sebab, dan pada waktu tertentu. Jadi menstruasi adalah darah normal, bukan disebabkan oleh suatu penyakit, luka, keguguran atau kelahiran. Oleh karena menstruasi merupakan darah normal, maka darah tersebut berbeda sesuai kondisi, lingkungan dan iklimnya, sehingga terjadi

perbedaan yang nyata pada setiap wanita. (<http://blog.re.or.id>. Online di akses 25 Maret 2010)

Allah SWT berfirman dalam Q.S Al Baaqarah (2): 222

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ....

Terjemahnya:

Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa haid atau menstruasi itu adalah suatu kotoran sehingga yang dimaksud “kamu” dalam ayat ini adalah laki-laki yang seharusnya tidak mendekati wanita (istrinya) di waktu haid atau menstruasi.

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus disertai pelepasan endometrium. Lama menstruasi biasanya antara 3-5 hari, ada yang 1-2 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian dan ada yang 7-8 hari. Pada setiap wanita biasanya lama menstruasi itu tetap. (Sarwono. 2008)

Menstruasi bukanlah suatu penyakit. Menstruasi merupakan puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada seorang remaja putri yang sedang menginjak dewasa dan sebagai tanda bahwa ia sudah mampu hamil. (Llewellyn-Jones. 2005)

Menstruasi mengacu pada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari alat kelamin yang berasal dari dinding rahim wanita. Menstruasi dimulai saat pubertas dan menandai kemampuan seorang

wanita untuk mengandung anak, walaupun mungkin faktor-faktor kesehatan lain dapat membatasi kapasitas ini.

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim atau endometrium yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang berulang setiap bulan tersebut pada akhirnya akan membentuk siklus menstruasi.

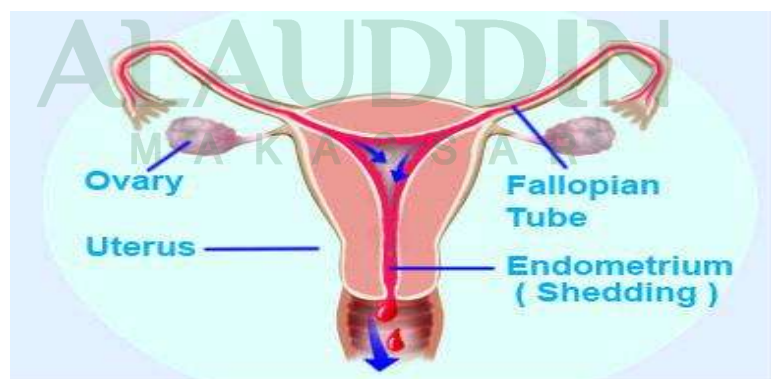
Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun. Namun tidak tertutup kemungkinan terjadi pada rentang usia 8-16 tahun. Menstruasi merupakan pertanda masa reproduktif pada kehidupan seorang perempuan, yang dimulai dari *menarche* sampai terjadinya *menopause*. Setiap bulan, setelah hari ke-5 dari siklus menstruasi, endometrium mulai tumbuh dan menebal sebagai persiapan terhadap kemungkinan terjadinya kehamilan. Sekitar hari ke-14 terjadi pelepasan telur dari ovarium yang disebut *ovulasi*. Sel telur ini masuk ke dalam salah satu tuba falopii. Di dalam tuba falopii dapat terjadi pembuahan oleh sperma. Jika terjadi pembuahan, sel telur akan masuk ke dalam rahim dan mulai tumbuh menjadi janin sehingga terjadilah kehamilan. (<http://medicastro.com>. Online di akses 30 maret 2010)

## **2. Siklus Menstruasi**

Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari ditambah atau dikurangi 2-3 hari (Sarwono. 2008)

Pada dasarnya siklus menstruasi pada setiap wanita bervariasi, karena kadar hormon estrogen yang diproduksi oleh setiap tubuh wanita berbeda. Menarche diikuti menstruasi yang sering tidak teratur karena folikel Graaf belum melepaskan ovum yang disebut ovulasi. Tetapi lama-lama sekitar 4-6 tahun sejak menarche, pola menstruasi sudah terbentuk dengan siklus menstruasi menjadi teratur (Llewellyn-Jones. 2005)

Menstruasi pada remaja putri umumnya terjadi pada usia 9-16 tahun. Tampaknya usia menstruasi dipengaruhi oleh faktor kesehatan dan gizi, juga faktor sosial-ekonomi dan keturunan. Remaja putri yang gemuk cenderung mengalami siklus menstruasi pertama lebih awal. Sedangkan remaja putri yang kurus dan kekurangan gizi cenderung mengalami siklus menstruasi pertama lebih lambat. Siklus menstruasi pertama juga terjadi lebih awal pada remaja putri yang tinggal di kota. (<http://medicastro.com>. Online di akses 30 maret 2010)



Gambar 2.1 Menstruasi.

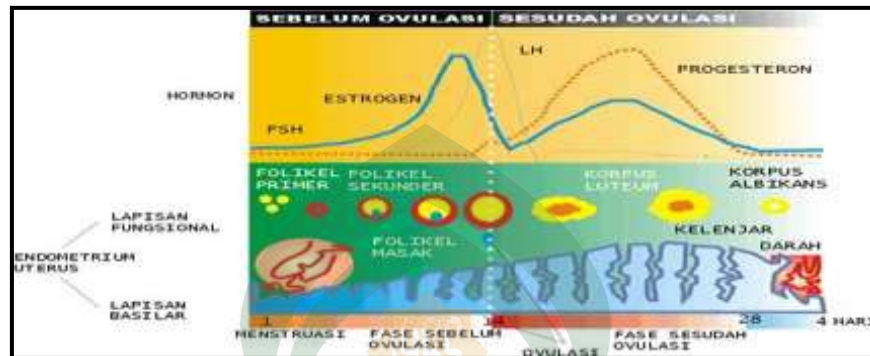
Sumber <http://www.klikdokter.com>. Online di akses 23 Maret 2010



Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21 hari dan 30 hari) yaitu sebagai berikut: Pada hari 1 sampai hari ke-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon *follicle stimulating hormone* (FSH). Pada saat tersebut sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel Graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon estrogen yang merangsang keluarnya *luteinizing hormone* (LH) dari hipofisis. Estrogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus yaitu endometrium yang habis terkelupas waktu menstruasi, selain itu estrogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang folikel Graaf yang masak untuk mengadakan ovulasi yang terjadi pada hari ke-14, waktu di sekitar terjadinya ovulasi disebut fase estrus.

Selain itu, LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (*Corpus Luteum*). Badan kuning menghasilkan hormon progesteron yang berfungsi mempertebal lapisan endometrium yang kaya dengan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya embrio. Periode ini disebut fase luteal, selain itu progesteron juga berfungsi menghambat pembentukan FSH dan LH, akibatnya korpus luteum mengecil dan menghilang, pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi kepada endometrium terhenti, endometrium menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah perdarahan (menstruasi) pada hari

ke-28. Fase ini disebut fase perdarahan atau fase menstruasi. Oleh karena tidak ada progesteron, maka FSH mulai terbentuk lagi dan terjadilah proses oogenesis kembali. (<http://prawedia/biologi.com>. Online di akses 25 Maret 2010)



Gambar 2.2 Siklus menstruasi,  
Sumber <http://prawedia/biologi.com>. Online di akses 25 Maret 2010.

Siklus dan lamanya menstruasi bisa diketahui dengan membuat catatan pada kalender, yaitu dengan memberi tanda pada siklus setiap bulannya. Setelah beberapa bulan, bisa diketahui pola siklus dan hal ini akan membantu dalam memperkirakan siklus yang akan datang. (<http://medicastro.com>. Online di akses 30 maret 2010)

### 3. Gangguan Menstruasi

Anak-anak perempuan yang tidak mengenal tubuh mereka dan proses reproduksi dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk. Anak-anak perempuan yang tidak diajari untuk menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh normal dapat mengalami rasa malu yang amat dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka. Bahkan saat menstruasi akhirnya dikenali sebagai proses yang normal, perasaan kotor dapat

tinggal sampai masa dewasa. Namun, dalam tahun-tahun belakangan ini pendidikan anatomi dan fisiologi yang lebih baik telah menjadikan penerimaan akan menstruasi. (Yudi. 2008)

Meskipun begitu, banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari sebelum periode menstruasi mereka datang. Kira-kira setengah dari seluruh wanita menderita akibat dismenorea, atau menstruasi yang menyakitkan. Hal ini khususnya sering terjadi di awal-awal masa dewasa. Gejala-gejala dari gangguan menstruasi dapat berupa payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, bengkak, dan mudah tersinggung. Beberapa wanita mengalami gangguan yang cukup berat seperti keram yang disebabkan oleh kontraksi otot-otot halus rahim, sakit kepala, sakit pada bagian tengah perut, gelisah, letih, hidung tersumbat, dan ingin menangis. Dalam bentuk yang paling berat, sering melibatkan depresi dan kemarahan, kondisi ini dikenal sebagai gejala datang bulan atau *pre menstrual syndrom* (PMS), dan mungkin membutuhkan penanganan medis. (Yudi. 2008)

Dalam kondisi normal, menstruasi tidak menyebabkan gangguan yang cukup berarti. Namun pada sebagian wanita, menstruasi terkadang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, bahkan menjadi sangat menyiksa karena rasa sakit yang luar biasa (dismenorea). Terlambat haid atau menstruasi yang tidak teratur juga patut diwaspadai karena itu berarti telah terjadi abnormalitas pada siklus menstruasi. Rasa nyeri yang timbul selama menstruasi dapat disebabkan oleh berbagai faktor di antaranya

faktor ketidakseimbangan hormon, yaitu terjadinya peningkatan sekresi hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan kontraksi uterus yang berlebihan. Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan karena adanya gangguan hormon ataupun faktor psikis, seperti stres, depresi, dan lain-lain yang dapat mempengaruhi kerja hormon.

Gejala-gejala dari gangguan menstruasi dapat berupa payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, bengkak, dan mudah tersinggung. Beberapa wanita mengalami gangguan yang cukup berat seperti keram yang disebabkan oleh kontraksi otot-otot halus rahim, sakit kepala, sakit pada bagian tengah perut, gelisah, letih, hidung tersumbat, dan ingin menangis. Dalam bentuk yang paling berat, sering melibatkan depresi dan kemarahan, kondisi ini dikenal sebagai gejala datang bulan atau *pre menstruasi*. (<http://blogger-pest.blogspot.com>. Online di akses 24 Maret 2010)

Gangguan menstruasi dan siklusnya dalam masa reproduksi dapat digolongkan dalam:

a. Kelainan dan banyaknya darah dan lamanya pendarahan pada menstruasi

1) Hipermenorea atau menoragia

Pendarahan menstruasi yang lebih banyak dari normal, atau lebih lama dari normal atau lebih dari 8 hari. Sebab kelainan ini terletak pada kondisi dalam uterus, misalnya adanya mioma uteri dengan permukaan endometrium lebih luas dari biasanya dan

dengan kontraktilitas yang terganggu, polip endometrium, gangguan pelepasan endometrium pada waktu menstruasi (*irregular endometrial shedding*) dan sebagainya. Pada gangguan pelepasan endometrium biasanya terdapat juga gangguan dalam pertumbuhan endometrium yang diikuti dengan gangguan pelepasannya pada waktu menstruasi.

Tetapi pada hipermenorea, mioma uteri niscaya tergantung dari penanganan mioma uteri, sedang diagnosis dan terapi polip endometrium serta gangguan pelepasan endometrium terdiri atas kerokan.

## 2) Hipomenorea

Hipomenorea ialah pendarahan menstruasi yang lebih pendek atau kurang dari 3-8 hari. Sebab-sebabnya dapat terletak pada konstitusi penderita pada uterus (misalnya sesudah miomektomi) pada gangguan endokrin dan lain-lain kecuali di temukan sebab yang nyata. Terapi merupakan penanganan bagi penderita adanya hipomenorea dan tidak mengganggu fertilitas.

## b. Kelainan siklus

### 1) Polimenorea

Pada polimenorea siklus menstruasi lebih pendek dari biasa atau kurang dari 21 hari, pendarahan kurang lebih sama atau lebih banyak dari menstruasi biasanya. Hal yang terakhir ini diberi nama polimenoragia atau epimenoragia.

Polimenorea dapat disebabkan oleh gangguan hormonal, yang menyebabkan gangguan ovulasi atau menjadi pendeknya masa luteal. Sebab lain ialah kongesti ovarium karena peradangan, endometriosis, dan sebagainya.

## 2) Oligomenorea

Di sini siklus menstruasi lebih panjang atau lebih dari 35 hari, apabila panjangnya siklus lebih dari 3 bulan hal ini sudah mulai dinamakan amenorea. Pendarahan pada oligomenorea dan amenorea sering kali mempunyai dasar yang sama perbedaannya terletak dalam tingkat. Dalam kebanyakan kasus oligomenorea kesehatan wanita tidak terganggu, dan fertilitas cukup baik. Siklus menstruasi biasanya juga ovulatoar dengan masa proliferasi lebih panjang dari biasanya.

## 3) Amenorea

Amenorea keadaan tidak adanya menstruasi untuk sedikitnya 3 bulan berturut-turut. Lazim diadakan pembagian antara amenorea primer dan amenorea sekunder kita berbicara amenorea primer apabila seorang wanita berumur 18 tahun ke atas tidak pernah mendapat menstruasi, sedang pada amenorea sekunder penderita pernah mendapat menstruasi, kemudian tidak dapat lagi. Amenorea primer umumnya mempunyai sebab-sebab lebih berat dan sulit untuk di ketahui, seperti kelaianan-kelainan kongenital dan kelaianan-kelainan genetik.

c. Perdarahan di luar menstruasi

Metroragia ialah perdarahan yang terjadi dalam masa antara 2 menstruasi. Perdarahan itu tampak terpisah dan dapat dibedakan dari menstruasi atau 2 jenis perdarahan ini menjadi satu yang pertama dinamakan metroragia, yang kedua menometroragia . metroragia dan menometroragia dapat di sebabkan oleh kelainan organik pada alat genital atau oleh kelainan fungsional.

d. Gangguan lain yang ada hubungan dengan menstruasi

1) Dismenorea

Dismenorea atau nyeri menstruasi mungkin merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita-wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Karena gangguan ini sifatnya subjektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai. Walaupun frekuensi dismenorea cukup tinggi dan penyakit ini sudah lama dikenal, namun sampai sekarang patogenesisnya belum dapat dipecahkan dengan memuaskan.

Oleh karna hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak di perut bawah sebelum dan selama menstruasi dan sering kali rasa mual maka istilah dismenorhea hanya dipake jika nyeri demikian hebatnya, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidup sehari-hari, untuk babarapa jam atau beberapa hari.

Dismenorrhea di bagi atas:

- a). Dismenorea primer ( esensial intrinik, idiopatik) tidak terdapat hubungan dengan kelainan ginekologi
- b). Dismenorea sekunder (ekstrinsik, yang di peroleh, *acquired*), disebabkan oleh kelainan ginekologik (salpingitis kronika, endometriosis, adenomiosis uteri, stenosis servisis uteri, dan lain-lain).

2) Tegangan pra menstruasi (*Premenstrual tension*)

*Premenstrual tension* merupakan keluhan-keluhan yang biasa mulai satu minggu sampai beberapa hari sebelum datangnya menstruasi, dan menghilang sesudah menstruasi datang, walaupun kadang-kadang berlangsung terus sampai menstruasi berhenti. Gejala-gejala yang tidak seberapa berat dapat dijumpai, terutama pada wanita-wanita yang berumur antara 30-45 tahun. Keluhan-keluhan terdiri atas gangguan emosional berupa iritabilitas, gelisah, insomnia, nyeri kepala, perut kembung, mual, pembesaran dan rasa nyeri pada mamma, dan sebagainya. Sedang pada kasus-kasus yang berat terdapat depresi, rasa ketakutan, gangguan konsentrasi, dan peningkatan gejala-gejala fisik tersebut di atas.

3) Pendarahan ovulasi dan *Mittelschmerz*

*Mittelschmerz* atau nyeri antara menstruasi terjadi kira-kira sekitar pertengahan siklus menstruasi, pada saat ovulasi. Rasa nyeri yang terjadi mungkin ringan, tetapi mungkin juga berat. Lamanya



mungkin hanya beberapa jam, tetapi pada beberapa kasus sampai 2-3 hari. Rasa nyeri dapat disertai dengan perdarahan, yang kadang-kadang sangat sedikit berupa getah berwarna coklat, sedang pada kasus lain dapat merupakan perdarahan seperti menstruasi biasa. Diagnosis dibuat berdasarkan saat terjadinya peristiwa dan bahwa nyerinya tidak mengejang, tidak menjalar, dan tidak disertai mual atau muntah. Penanganan umumnya terdiri penerangan pada wanita bersangkutan.

#### 4) *Vicarious menstruation*

Istilah ini dipakai untuk kasus-kasus tertentu yang jarang dijumpai, dimana terjadi perdarahan ekstragenital dengan interval periodik yang sesuai dengan siklus menstruasi. Tempat perdarahan yang paling sering dijumpai ialah mukosa hidung berupa epistaksis (30% dari seluruh kasus). Rupanya peningkatan kadar estrogen dapat menyebabkan edema dan kongesti pada alat-alat lain di luar alat-alat genital pada wanita yang peka. *Vicarious menstruation* dapat juga terjadi pada berbagai alat, seperti lambung, usus, paru-paru, mamma, kulit. Penanganan dapat dilakukan apabila pada alat yang berdarah ada kelainan yang dapat diangkat atau diobati.

#### 5) *Mastalgia*

Gejala *Mastalgia* ialah rasa nyeri dan pembesaran mamma sebelum menstruasi. Penyebabnya edema dan hiperemi karena peningkatan relatif dari kadar estrogen. Pada pemeriksaan harus

diperhatikan adanya radang atau neoplasma. Terapi biasanya terdiri atas pemberian diuretikum, sedang pada mastalgia keras kadang-kadang perlu di berikan metiltestosteron 5 mg sehari secara sublingual. Bromokriptine dalam dosis kecil dapat membantu pengurangan penderita. (Sarwono. 2008)

Selama 2 hari sebelum menstruasi dimulai, banyak wanita merasa tidak enak badan, mereka mengalami pusing-pusing, perut kembung, letih atau mudah tersinggung dan mungkin merasakan tekanan di daerah pinggul. Pada umumnya gejala hilang ketika menstruasi dimulai. Banyak gadis merasa sakit saat menstruasi. Keluhan ini disebut dismenorea dan biasanya baru timbul 2 atau 3 tahun sesudah menarche. Umumnya hanya terjadi pada siklus haid yang disertai pelepasan sel telur. Kadang-kadang juga pada siklus menstruasi yang tidak disertai pengeluaran sel telur disebut siklus *anovulatory*, terutama bila darah menstruasi membeku di dalam rahim. Jadi rasa sakit terjadi ketika bekuan-bekuan itu di dorong keluar rahim. Rasa sakit yang menyerupai kejang ini terasa di perut bagian bawah. Biasanya dimulai 24 jam sebelum menstruasi datang, dan berlangsung sampai 12 jam pertama dari masa menstruasi. Sesudah itu semua rasa tidak enak itu hilang. (Llewellyn-Jones. 2005)

Perlindungan selama haid sangat penting karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena

penyakit infeksi. Apabila kebersihan alat kelamin tidak dijaga, kuman akan mudah masuk melalui kemaluan, mulut rahim dan masuk ke aliran darah melalui pembuluh darah di dinding rahim yang dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Selama menstruasi tidak seorang wanita pun ingin bajunya tercemar oleh darah menstruasi. Dulu sobekan kain digunakan sebagai penyerap darah menstruasi yang ditempatkan pada vulva. Sekarang tersedia pembalut untuk ditempelkan pada celana wanita untuk melindungi terhadap noda menstruasi. Penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2-3 kali sehari atau setelah mandi dan buang air kecil. Metode lain untuk perlindungan selama menstruasi adalah dengan tampon yang dimasukkan ke dalam vagina dan harus diganti setiap 4 jam selama menstruasi. Wanita yang memilih tampon beresiko tinggi mengalami gangguan vagina dan kondisi *toxic shock* yang dengan tiba-tiba menderita suhu tinggi, radang tenggorokan, sakit kepala, sakit otot, bintik-bintik merah meliputi kulit, mata memerah, tiga hari kemudian kulit mengelupas seperti ketombe, tekanan darah turun dan kadang diare. *Toxic shock* disebabkan oleh pelepasan toksin dari bakteri *Staphylococcus Aureus* yang hidup di dalam vagina (Llywellyn-Jones, 2005)

### **BAB III**

#### **KERANGKA KONSEP**

##### **A. Dasar Pemikiran Variabel Yang Diteliti**

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang berulang setiap bulan tersebut pada akhirnya akan membentuk siklus menstruasi.

Awal siklus menstruasi dihitung sejak terjadinya perdarahan pada hari ke-1 dan berakhir tepat sebelum siklus menstruasi berikutnya. Umumnya, siklus menstruasi yang terjadi berkisar antara 21-40 hari. Hanya 10-15% wanita yang memiliki siklus 28 hari. Jarak antara siklus yang paling panjang biasanya terjadi sesaat setelah menarche dan sesaat sebelum menopause.

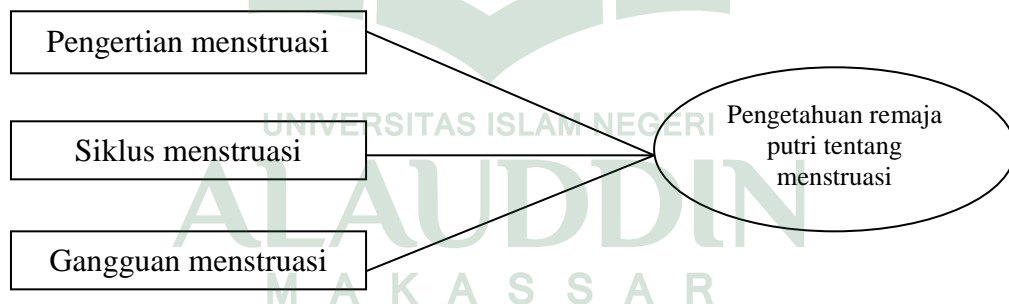
Remaja putri kadang mengalami menstruasi yang tidak teratur. Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan oleh perubahan kadar hormon akibat stres atau sedang dalam keadaan emosi. Di samping itu, perubahan drastis dalam porsi olahraga atau perubahan berat badan yang drastis juga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur.

Bagi remaja putri, mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur pada masa-masa awal adalah hal yang normal. Mungkin saja remaja putri mengalami jarak antar 2 siklus berlangsung selama 2 bulan atau dalam 1 bulan terjadi 2 siklus. Namun setelah beberapa lama siklus menstruasi akan menjadi lebih teratur.

Kebanyakan remaja putri sering mengalami kram sewaktu menstruasi. Rasa sakit di perut bagian bawah, kadang meluas ke pinggul, punggung bagian bawah atau paha. Bahkan ada yang merasa mual, muntah, atau diare.

Pengetahuan akan menstruasi, siklus menstruasi, serta gangguan menstruasi yang dialami sangatlah penting bagi remaja putri. Dengan mengetahui apa itu menstruasi maka remaja putri tidak akan khawatir akan perdarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan. Dengan mengetahui pola siklus menstruasi, akan membantu dalam memperkirakan siklus menstruasi yang akan datang. Sedangkan dengan mengetahui apa saja gangguan-gangguan menstruasi remaja putri bisa mengetahui dan membedakan yang mana yang termasuk gangguan menstruasi.

## B. Bagan Kerangka konsep



Keterangan :

\_\_\_\_\_

: Variabel yang diteliti

□

: Variabel independen

○

: Variabel dependen

### C. Definisi Operasional Dan Kriteria Objektif

#### a. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah segala sesuatu yang diketahui oleh responden tentang menstruasi berdasarkan kuesioner yang dibagikan.

Kriteria Objektif :

- 1) Tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar lebih dari atau sama dengan 60% dari seluruh pertanyaan.
- 2) Tidak tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar kurang dari 60% dari seluruh pertanyaan.

#### b. Pengertian Menstruasi

Pengertian menstruasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan responden untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan segala sesuatu tentang pengertian menstruasi berdasarkan kuesioner yang dibagikan.

Kriteria Objektif :

- 1) Tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar lebih dari atau sama dengan 60% dari seluruh pertanyaan tentang pengertian menstruasi.
- 2) Tidak tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar kurang dari 60% dari seluruh pertanyaan tentang pengertian menstruasi.

c. Siklus menstruasi

Siklus menstruasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sejauh mana responden untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan segala sesuatu tentang siklus menstruasi berdasarkan kuesioner yang di bagikan.

Kriteria Objektif :

- 1) Tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar lebih dari atau sama dengan 60% dari seluruh pertanyaan tentang siklus menstruasi.
- 2) Tidak tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar kurang dari 60% dari seluruh pertanyaan tentang siklus menstruasi.

d. Gangguan menstruasi

Gangguan menstruasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sejauh mana responden untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan segala sesuatu tentang gangguan menstruasi berdasarkan kuesioner yang di bagikan.

Kriteria Objektif :

- 1) Tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar lebih dari atau sama dengan 60% dari seluruh pertanyaan tentang gangguan menstruasi.
- 2) Tidak tahu : Jika responden mampu menjawab dengan benar kurang dari 60% dari seluruh pertanyaan tentang gangguan menstruasi.

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam Karya Tulis ini adalah jenis penelitian deskriptif. Metode penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran yang akurat dari sejumlah karakteristik masalah yang diteliti dan berguna untuk mendapatkan makna baru, menggambarkan kategori suatu masalah, menjelaskan frekuensi suatu kejadian dari sebuah fenomena. (Suyanto & Salamah. 2009)

Dengan demikian penelitian ini menggambarkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa.

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Suyanto & Salamah. 2009). Populasi dalam penelitian ini adalah Siswi SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa yang duduk di kelas VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F, VIII G, VIII H, VIII I, dan VIII J. Dengan jumlah populasi sebesar 181 pelajar

##### **2. Sampel**



Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Suyanto & Salamah. 2009). Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi terjangkau yang besarnya dihitung dengan rumus:

Rumus :

$$n = \frac{N}{1 + N (d^2)}$$

Keterangan:

n = Besarnya sampel

N = Besarnya populasi

D = Tingkat kepercayaan / ketetapan yang diinginkan = 0,05

$$n = \frac{N}{1 + N (d^2)}$$

$$n = \frac{181}{1 + 181 (0,05^2)}$$

$$n = \frac{181}{1,4525}$$

$$n = 125$$

teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah *stratified random sampling* dengan rumus:

Rumus :

$$n_i = \frac{N_i \times n}{N}$$

Keterangan:

n<sub>i</sub> = Jumlah sampel menurut kelompok

n = Jumlah sampel seluruhnya

N<sub>i</sub> = Jumlah populasi menurut kelompok

N = jumlah populasi seluruhnya

a. Siswi kelas VIII A:

$$n_i = \frac{18 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2250}{181}$$

$$n = 12,43$$

$$n = 12 \text{ orang}$$

b. Siswi kelas VIII B:

$$n_i = \frac{17 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2125}{181}$$

$$n = 11,74$$

$$n = 12 \text{ orang}$$

c. Siswi kelas VIII C:

$$n_i = \frac{16 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2000}{181}$$

$$n = 11,04$$

$$n = 11 \text{ orang}$$

d. Siswi kelas VIII D:

$$n_i = \frac{19 \times 125}{181}$$



$$n = \frac{2375}{181}$$

$$n = 13,12$$

$$n = 13 \text{ orang}$$

e. Siswi kelas VIII E:

$$n_i = \frac{20 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2500}{181}$$

$$n = 13,81$$

$$n = 14 \text{ orang}$$

f. Siswi kelas VIII F:

$$n_i = \frac{19 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2375}{181}$$

$$n = 13,12$$

$$n = 13 \text{ orang}$$

g. Siswi kelas VIII G:

$$n_i = \frac{19 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2375}{181}$$

$$n = 13,12$$

$$n = 13 \text{ orang}$$

h. Siswi kelas VIII H:



$$n_i = \frac{17 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2125}{181}$$

$$n = 11,74$$

$$n = 12 \text{ orang}$$

i. Siswi kelas VIII I:

$$n_i = \frac{17 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2125}{181}$$

$$n = 11,74$$

$$n = 12 \text{ orang}$$

j. Siswi kelas VIII J:

$$n_i = \frac{19 \times 125}{181}$$

$$n = \frac{2375}{181}$$

$$n = 13,12$$

$$n = 13 \text{ orang}$$



Jadi sampel yang digunakan dapat dirinci sebagai berikut :

- a. Siswi kelas VIII A = 12 orang
- b. Siswi kelas VIII B = 12 orang
- c. Siswi kelas VIII C = 11 orang
- d. Siswi kelas VIII D = 13 orang
- e. Siswi kelas VIII E = 14 orang

f. Siswi kelas VIII F	= 13 orang
g. Siswi kelas VIII G	= 13 orang
h. Siswi kelas VIII H	=12 orang
i. Siswi kelas VIII I	= 12 orang
j. Siswi kelas VIII J	= 13 orang
Jumlah	= 125 orang

### **C. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian atau disebut juga alat pengumpul data. Dalam pembuatannya mengacu pada variabel penelitian, definisi operasional dan skala pengukuran data yang dipilih. Instrumen pengumpul data dapat berupa kuesioner, daftar wawancara dan lembar observasi. (Suyanto & Salamah, 2009)

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang dibaca dan dijawab oleh responden penelitian (Suyanto & Salamah, 2009). Dalam penelitian ini instrumen atau alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang diisi oleh responden berisi 30 soal.

### **D. Lokasi dan Waktu Penelitian.**

#### **1. Lokasi penelitian.**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa karena dekat dengan tempat tinggal peneliti dan lokasinya yang strategis sehingga mudah dijangkau.

#### **2. Waktu penelitian.**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan 10 Juni-21 Juli 2010.

## **E. Prosedur Pengumpulan Data.**

### **1. Data primer**

Data yang dikumpulkan adalah data primer dengan tehnik pengukuran yang digunakan adalah angket dan alat ukur berupa kuesioner yang diberikan kepada para responden yang berisi pertanyaan benar dan salah tentang pengetahuan siswi SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa mengenai menstruasi yang mencakup 30 pertanyaan. Jika jawaban benar mendapat skor 1 (nilai tertinggi) dan bila jawaban yang diberikan salah mendapat skor 0 (nilai terendah).

### **2. Data sekunder**

Data sekunder diperoleh dari bagian kesiswaan akademik SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa.

## **F. Pengolahan dan Penyajian data.**

1. Pengolahan data dilakukan secara manual dengan menggunakan kalkulator, data di kumpulkan melalui kuesioner dengan daftar pertanyaan berbentuk multiple chois (pilihan ganda) dengan 2 (dua) alternatif pilihan, data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Untuk setiap jawaban, responden diberikan penilaian dengan sistem "tanpa denda" dengan rumus sebagai berikut :

$$S=R$$

Ket : S= Skor yang diperoleh

R= Jawaban yang benar.

2. Analisis data dilakukan dengan menggunakan rumus distribusi

frekuensi sebagai berikut :

$$P = f/n \times 100\%$$

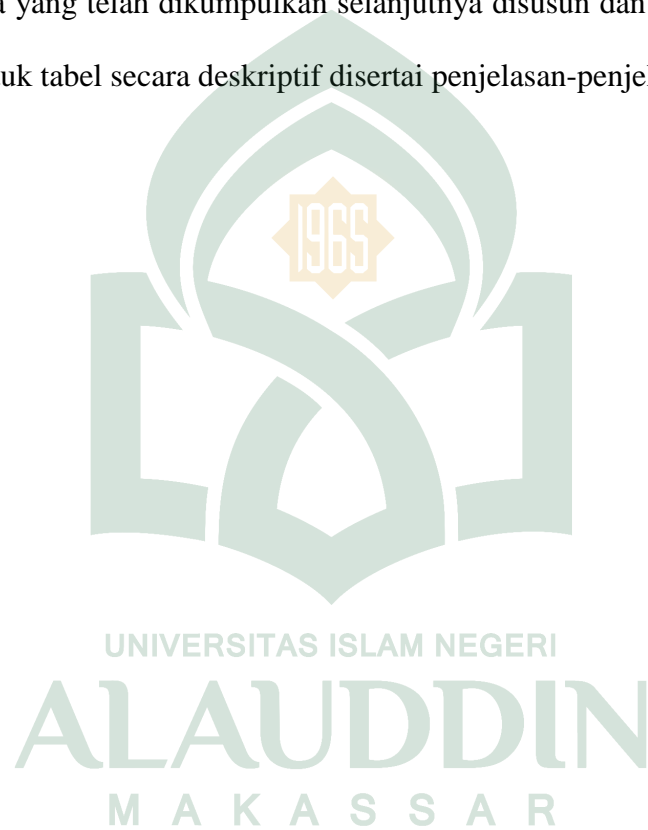
Ket : P = Persentase

f = Frekuensi variabel

n = Jumlah sampel

### 3. Penyajian data

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya disusun dan disajikan dalam bentuk tabel secara deskriptif disertai penjelasan-penjelasan.



## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Tempat Penelitian**

SMP Negeri 3 Sungguminasa terletak di Jl. Mustapa Dg. Bunga Kelurahan Romangpolong Kecamatan Somba Opu Kabupaten Gowa. SMP ini didirikan oleh pemerintah pada tahun 1994 dan mulai beroperasi pada tahun 1994 dengan NSS : 2011 9030 1020

SMP Negeri 3 Sunggumiasa Kabupaten Gowa ini memiliki tanah seluas 9.102 M<sup>2</sup>. Di mana di atas tanah tersebut berdiri bangunan kantor, ruang belajar, mushollah, gedung, ruang laboratorium, ruang tata usaha dan ruang guru. Terdapat 24 ruangan belajar

**Tabel 5.1**  
**Rekapitulasi Siswa SMP Negeri 3 Sungguminsa Kabupaten Gowa**

kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
VII	128	147	275
VIII	191	181	372
IX	126	142	268
Jumlah	445	470	915

Data sekunder



## 2. Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan memberikan kuesioner yang memuat 30 pertanyaan dalam bentuk benar dan salah mengenai pengertian menstruasi, siklus menstruasi dan gangguan menstruasi kepada 125 responden yang ada di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa diperoleh hasil yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 5.2**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Pengertian Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa**

No	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)
1	Tahu	108	86,4
2	Tidak Tahu	17	13,6
Jumlah		125	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebanyak 86,4% atau 108 responden sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan pengertian menstruasi dan hanya 13,6% atau 17 responden yang tidak mengetahui pengertian menstruasi.

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Siklus Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa**

No	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)
1	Tahu	89	71,2
2	Tidak Tahu	36	28,8
Jumlah		125	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebanyak 71,2% atau 89 responden sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan siklus menstruasi dan hanya 28,8% atau 36 responden yang tidak mengetahui siklus menstruasi.

**Tabel 5.4**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gangguan Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa**

No	Tingkat Pengetahuan	F	Persentase (%)
1	Tahu	61	48,8
2	Tidak Tahu	64	51,2
Jumlah		125	100

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebanyak 48,8% atau 61 responden sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan gangguan menstruasi dan 51,2% atau 64 responden tidak mengetahui apa yang dimaksud dengan gangguan menstruasi.

## **B. Pembahasan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa, maka peneliti mencoba membahas pengetahuan remaja putri tentang menstruasi ditinjau dari beberapa komponen dikaitkan dengan referensi yang digunakan.

### **1. Pengetahuan Remaja Mengenai Pengertian Menstruasi**

Sesuai hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa didapatkan sebanyak 108 orang (86,4%) sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan pengertian

menstruasi dan sebanyak 17 orang (13,6%) tidak mengetahui pengertian menstruasi. Hal ini disebabkan oleh karena mudahnya mengakses informasi kesehatan melalui media elektronik.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kategori yang mengetahui pengertian menstruasi dari para remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa dikarenakan karena adanya komunikasi antara remaja dengan orang tua, remaja dengan keluarga, remaja dengan remaja yang lain. Remaja bisa memperoleh informasi baik dari media cetak maupun media elektronik dan juga lingkungan sekitar.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, 2003 bahwa Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu : penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sehingga terjadi kesesuaian antara teori dengan hasil yang didapat.

## 2. Pengetahuan Remaja Mengenai Siklus Menstruasi

Sesuai hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa didapatkan sebanyak 89 orang (71,2%) sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan siklus menstruasi dan sebanyak 36 orang (28,8%) tidak mengetahui siklus menstruasi. Hal ini juga disebabkan oleh karena mudahnya mengakses informasi kesehatan melalui media elektronik.

Adanya informasi yang mereka dapatkan dari media elektronik tersebut, sehingga remaja putri mulai belajar mengetahui siklus menstruasi mereka sendiri. Dari informasi yang mereka dapatkan ini biasanya juga mereka mulai berbagi informasi pada teman atau sahabat mereka, sehingga terjadi pertukaran informasi yang dapat menambah wawasan pengetahuan mereka mengenai siklus menstruasi.

Sama halnya dengan pengertian menstruasi di atas, hal ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, 2003 bahwa Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu : penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sehingga terjadi kesesuaian antara teori dengan hasil yang didapat.

## 3. Pengetahuan Remaja Mengenai Gangguan Menstruasi

Sesuai hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa didapatkan sebanyak 64 orang (51,2%)

tidak mengetahui apa yang di maksud dengan gangguan menstruasi dan sebanyak 61 orang (48,8%) sudah mengetahui gangguan menstruasi. Hal ini disebabkan oleh karena remaja putri kurang memperhatikan gangguan-gangguan yang biasanya dialami remaja putri pada saat menstruasi

Tidak semua remaja putri mengalami gangguan pada saat menstruasi. Hanya beberapa atau sebagian yang mengalami gangguan pada saat menstruasi, sehingga informasi yang biasa mereka dapatkan dari sesama remaja hanya informasi tentang pengertian menstruasi dan siklus menstruasi. Informasi yang mereka dapatkan dari orangtua mengenai gangguan menstruasi biasanya hanya gangguan menstruasi berupa nyeri pada saat menstruasi atau dismenorea saja karena gangguan menstruasi yang paling sering dialami oleh remaja pada saat menstruasi yaitu nyeri pada saat menstruasi atau dismenore. Gangguan menstruasi berupa hipermenorea, hipomenorea, polimenorea oligomenorea, amenorea dan gangguan lainnya jarang dialami remaja putri pada saat menstruasi, sehingga remaja kurang memperhatikan gangguan menstruasi yang mereka alami.

Pengetahuan bisa didapatkan dari pengalaman, sehingga kurangnya pengalaman remaja mengenai gangguan menstruasi menyebabkan remaja kurang mencaritahu apa saja gangguan-gangguan menstruasi tersebut. Hal ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, 2003 bahwa Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini

terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yaitu : penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sehingga terjadi kesesuaian antara teori dengan hasil yang didapat.



## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Melihat dari hasil penelitian “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa,” maka peneliti menarik kesimpulan:

1. Sebanyak 86,4% remaja putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan pengertian menstruasi.
2. Sebanyak 71,2% remaja putri di SMP 3 Negeri Sungguminasa Kabupaten Gowa sudah mengetahui apa yang dimaksud dengan siklus menstruasi.
3. Sebanyak 51,2% remaja putri di SMP 3 Negeri Sungguminasa Kabupaten Gowa tidak mengetahui apa yang dimaksud dengan gangguan menstruasi.

#### B. Saran

Melihat dari hasil penelitian “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa,” maka peneliti mengajukan saran :

1. Bagi SMP Negeri 1 Sungguminasa Kabupaten Gowa

Hendaklah para guru khususnya guru biologi dapat memberikan pelajaran ekstra tentang masalah *menstruasi* dan diharapkan agar bekerja sama dengan orang tua siswa untuk lebih memperhatikan dan mengarahkan para remaja dalam masa perkembangannya agar tidak salah mengartikan informasi yang diterima. Banyaknya informasi yang diterima para remaja

biasanya membuat remaja bingung dan salah mengartikan suatu informasi yang mereka dapat, baik informasi dari media cetak maupun media elektronik, sehingga diperlukan peran guru dan orangtua remaja dalam mengarahkan remaja kearah yang lebih baik dan memberikan penjelasan tentang kebenaran informasi yang didupatkannya.

2. Bagi Remaja Putri di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa

Diharapkan remaja putri dapat mencari informasi yang jelas tentang menstruasi dan dapat menggunakan media komunikasi yang ada dengan sebaik mungkin, seperti rajin mengikuti seminar kesehatan agar tidak salah dalam mengartikan suatu informasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti yang meneliti hal-hal yang berkaitan dengan menstruasi, diharapkan dapat mengkaji hal-hal yang belum dapat dimunculkan atau belum dibahas dalam penelitian ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Quran dan Terjemahannya*. 2002. Departemen Agama RI. Semarang: PT Karya Toha Putra.
- Al-Mighwar, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung : Pustaka Setia.
- Bloggers. *Premenstruasi Sindrom*. <http://blogger- pesta.blogspot.com>. Online di akses 24 Maret 2010.
- Djaali. 2009. *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Errol, dkk. 2007. *At a glance obstetri dan ginekologi*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock. 2006. *Masalah remaja*. <http://remaja.com>. Online diakses tanggal 28 Maret 2010.
- Illness. *Sindroma Premenstruasi (PMS)* <http://www.klikdokter.com>. Online di akses 23 Maret 2010.
- Llewellyn – Jones, Derek. 2005. *Setiap Wanita*. Jakarta: PT. Delapratasa Publishing, EGC.
- Manuaba I. Gde Bagus. 2004. *Kapita Selekta Pelaksanaan Rtin Obstetric dan Ginekologi & Keluarga Berencana*. Jakarta: EGC.
- Nita. *Remaja Putri dan Siklusnya*. <http://medicastro.com>. Online di akses 30 maret 2010.
- Notoatmodjo, S. 2005. *promosi kesehatan teori dan aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurul Kafi. *Pengetahuan menurut islam*. <http://edukasi.kompasiana.com>. Online diakses 18 Maret 2010.
- Prawedia. *Siklus Menstruasi*. <http://prawedia/biologi.com>. Online di akses 25 Maret 2010.
- Prawirohardjo, S. 2008. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Rahmat. *Makna Haid dan Hikmahnya*. <http://blog.re.or.id>. Online di akses 25 Maret 2010.

Rumini & Sundari. 2004. *Perkembangan anak dan remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.

Soetjningsih. 2004. *Tumbuh Rembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.

Suyanto & Salamah, Ummi. *Riset Kebidanan Metodologi dan Aplikasi*. Jogjakarta: Mitra Cendikia Press.

Yudi. *Gangguan Menstruasi*. <http://menstruasi.com>. Online diakses tanggal 28Maret 2010.



## LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Makassar yang bernama Asrawati (Nim 70400007006) dengan judul “Gambaran pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di SMP Negeri 3 Sungguminasa Kabupaten Gowa”

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan ilmiah dalam rangka penyusunan karya tulis ilmiah bagi peneliti, dan tidak merugikan saya serta jawaban yang saya berikan akan di jaga kerahasiaannya.

Dengan demikian, secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya siap berpartisipasi dalam penelitian ini.

Makassar, Juni 2010

Responden

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**ALAUDDIN** ( )  
M A K A S S A R

## KUESIONER

### Identitas Responden

Nama :

Umur :

Kelas :

Alamat :

### Petunjuk pengisian

Berilah tanda silang (X) pada huruf 'B' apabila pertanyaan dianggap benar dan pada huruf 'S' apabila pertanyaan dianggap salah.

No	Pertanyaan tentang pengertian menstruasi	B	S
1	Perdarahan secara priodik dan siklik pada wanita disebut menstruasi		
2	Menstruasi pertama kali pada wanita disebut menarche		
3	Menstruasi pertama kali merupakan tanda kematangan seksual pada wanita		
4	Menstruasi merupakan suatu puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada remaja putri yang sedang menginjak dewasa dan sebagai tanda bahwa ia sudah mampu hamil		
5	Menstruasi adalah suatu penyakit		
6	Menstruasi biasanya dimulai antara umur 10 dan 16 tahun, tergantung kesehatan wanita, status nutrisi, dan berat badan		
7	Menstruasi berlangsung kira-kira sekali sebulan sampai wanita mencapai usia 45-50 tahun, tergantung pada kesehatan dan pengaruh-pengaruh lainnya		
8	Menstruasi bulanan wanita berhenti apabila wanita hamil		

9	Berhentinya menstruasi pada wanita disebut menopause		
10	Wanita biasanya berhenti menstruasi pada umur 60 tahun		
11	Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim yang disertai perdarahan yang terjadi setiap bulan		
12	Darah yang keluar pada saat menstruasi adalah darah normal		
13	Setiap wanita biasanya memiliki lama menstruasi yang tetap		
14	Menarce merupakan tanda pubertas pada wanita		
15	Menstruasi merupakan pertanda masa reproduksi pada wanita		

#### **Pertanyaan tentang siklus menstruasi**

16	Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi yang berikutnya		
17	Siklus menstruasi yang normal ialah 28 hari ditambah atau dikurangi 2-3 hari		
18	Siklus menstruasi pada setiap wanita bervariasi karena kadar hormon setiap tubuh wanita berbeda-beda		
19	Siklus menstruasi tidak dipengaruhi oleh stress, kelelahan fisik dan pikiran		
20	Siklus dan lamanya menstruasi dapat diketahui dengan membuat catatan pada kalender		
21	Menstruasi biasanya berlangsung selama 3-8 hari		
22	Siklus menstruasi menjadi teratur setelah beberapa tahun (4-6 tahun) mendapatkan menstruasi pertama		
23	Siklus menstruasi dipengaruhi oleh kesehatan fisik, emosi dan nutrisi wanita		
24	Siklus menstruasi hanya dipengaruhi hormon estrogen		
25	Siklus menstruasi dibagi menjadi tiga fase yaitu fase proliferasi, sekresi dan menstruasi		
26	Hormon yang mempengaruhi terjadinya ovulasi yaitu hormon LH		
27	Hormon FSH dihasilkan oleh hipotalamus		
28	Hormon LH dihasilkan oleh hipofisis anterior		

29	Estrogen berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus		
30	Pada hari ke 13 atau 14 dalam siklus menstruasi terjadi ovulasi		

**Pertanyaan tentang gangguan menstruasi**

31	Nyeri pada saat menstruasi disebut dismenorea		
32	Gejala-gejala dari gangguan menstruasi dapat berupa payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, bengkak, dan mudah tersinggung		
33	Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan karena adanya gangguan hormon ataupun faktor psikis, seperti stress, depresi		
34	Umur 16 tahun belum mendapat menstruasi adalah hal yang wajar		
35	Rasa nyeri pada menstruasi biasanya dimulai 2 hari sebelum menstruasi		
36	Tidak adanya menstruasi selama 3 bulan berturut-turut disebut amenorea		
37	Wanita biasanya merasa tidak enak badan, mengalami pusing dan perut kembung 2 hari setelah menstruasi		
38	Menstruasi yang berlangsung lebih dari 8 hari adalah hal yang normal		
39	Menstruasi yang berlangsung lebih dari 8 hari disebut hipermenorea		
40	Perlindungan selama menstruasi sangat penting agar tidak terkena penyakit infeksi		
41	Salah satu gejala gangguan menstruasi yaitu payudara yang melunak dan bengkak		
42	Menstruasi yang berlangsung kurang dari 3 hari disebut hipomenorea		
43	Siklus menstruasi yang kurang dari 21 hari disebut oligomenorea		
44	polimenorea adalah Siklus menstruasi yang lebih dari 35 hari		
45	Menstruasi yang berlangsung kurang dari 3 hari disebut hipermenorea		



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**ALAUDDIN**  
M A K A S S A R